

しらかぼ 夏休み号

〒005-0018 札幌市南区真駒内曙町2丁目1-1 TEL 581-5291 FAX 581-6984



デジタル時代だからこそ、家庭のルールで守る子どもの健康

- ・小学生全体 : 約 60%
- ・小学校低学年 : 約 31.8% (調査で初めて 3 割を突破)
- ・小学校高学年 : 約 50%~60%

これは小学生のスマホ所持率です。最新の調査(NTTドコモ モバイル社会研究所 2025 年 11 月)によると、小学生のスマートフォン所有率は約 6 割に達し、低学年でも約 3 割が所有、開始平均年齢は女子が 9.9 歳、男子が 10.4 歳と年々低年齢化が進んでいます。女子が 10 歳を下回ったのは調査開始以降初めてのことです。

あらゆるものがインターネットと繋がる現代社会。瞬時に情報を知ることができ、私たちの生活に情報機器はなくてはならない物になりました。札幌市の小学校でも一人一台端末の Chromebook を貸与しています。

本校でも、この夏休みから長期休業中の学習課題を「まなびポケット」の「ドリルパーク」による配信へ変更します。ネットに繋がる機器は、子どもにとっても当たり前の便利な道具となっています。

一方、SNS におけるトラブルや犯罪に巻き込まれるケースも頻発しており、他人事ではありません。学校でも長期休み前に指導は行いますが、休み中は家庭で子どもだけでネットに繋がる時間が増えます。そこでは、家庭での使い方やルールが大切になってきます。

先日、道新にも以下のような記事が掲載されていました。

スマホや勉強 寝不足に(大阪大調査)

夜遅くの宿題や寝前のスマートフォン使用が子どもの睡眠時間を短くしているとの研究結果を、大阪大のチームが 25 日発表した。平日の睡眠時間が増え、寝坊が多くなる傾向もみられた。(略)

チームによると、平日の睡眠時間が足りず、休日との差が大きいと肥満や学業不振につながるリスクがある。日本の子どもの睡眠時間は他国と比べて短く、夜遅くまで明るい場所で勉強する塾やスマホなどの機器の使用が要因とされる。(略)

一方、昼間の外遊びや就寝時間の固定、読み聞かせや読書といった寝前の習慣は睡眠時間を延ばした。平日の睡眠が短い子どもは、休日の睡眠が長くなる傾向があり、6.6 パーセントの子どもは 2 時間以上の差があっても明らかに寝不足だとわかった。(略)

この記事が示しているように、ネット機器の利便性の裏側には、子どもの健康や生活リズムを脅かすリスクも潜んでいます。特に、時間的なゆとりがある夏休みは、夜遅くまで画面を見続けて生活リズムが乱れがちです。ネットの世界は魅力的である一方、自分自身でコントロールする力が未熟な段階では、依存や体調不良、思わぬトラブルに繋がってしまうことも少なくありません。情報機器を「便利で安全な道具」として使いこなすためには、学校での指導はもちろん、何よりもご家庭での「ルール作り」と「見守り」が不可欠です。ルールを一方的に押し付けるのではなく、「なぜ必要なのか」を子ども自身が納得できるよう言葉を交わすことが大切になります。

夏休みは、学校ではできない貴重な体験ができる絶好の機会です。昼間は太陽の下で元気に体を動かし、夜はしっかりと眠る。家庭でのルールを大切に、デジタルと上手に付き合いながら、規則正しい生活の中で、心も体も一回り大きく成長した夏休みとなることを願っています。

学校ホームページ <http://www.makomanaikoen-e.sapporo-c.ed.jp/>



夏季休校日について

札幌市教育委員会では、昨今、全国的な課題となっている教職員の長時間勤務等への対応策として、夏休み期間中に「夏季休校日」の取組を実施しております。これに伴い、本校では、8月10日(月)、8月12日~8月14日(金)までを休校日とさせていただきますので、御理解と御協力をお願いいたします。

なお、夏季休校日の取組につきましては、札幌市教育委員会 教職員課労務係(211-3853)にお問い合わせください。

8月行事予定

日	曜	行 事
7/24	金	1学期終業式（金曜日課5時間授業・給食あり） ※夏季休業（7月25日～8月23日）
8/10	月	夏季休校日
11	火	山の日
12	水	夏季休校日
13	木	夏季休校日
14	金	夏季休校日
18	火	PTA 資源回収
24	月	2学期始業式 （全学年通常4時間授業・給食あり） 教育実習開始（9/4まで）
25	火	夏季短縮日課①（6時間目カット） 夏休み図書返本週間（～28日） 6年こころの劇場
26	水	夏季短縮日課②（昼休み、6時間目カット） ALT（5・6年・ももんが）
27	木	夏季短縮日課③（昼休み、6時間目カット）
28	金	夏季短縮日課④ ALT（3・4年・ももんが）
31	月	成績評価週間①（昼休みカット）図書貸出開始

2学期始業式 8月24日（月）

全学年通常4時間授業・給食あり・掃除あり

- ・登 校：8：15～8：25（通常通り）
- ・下 校：13：15頃の予定です
- ・持ち物：各学年のお便りで御確認ください



健康カードの持ち帰り

健康カードを持ち帰りました。健康診断の結果とスポーツ記録会の結果を確認してください。
夏休み明けの8月24日（月）に持ってきます。

夏休み中のオフ☆チャレについて

夏休み中は、ワークシートを活用しての取組はありませんが規則正しい生活習慣が確立されるように、御家庭でもお子様の御指導をよろしくお願いいたします。

夏季短縮日課について

猛暑による子どもたちの健康面への負担を軽減させるため下記のように短縮日課を設けます。

- 8月25日（火）短縮5時間火曜日課
26日（水）通常5時間日課（昼休みなし）
27日（木）通常5時間日課（昼休みなし）
28日（金）短縮5時間金曜日課

※下校時刻は、25日～27日までは14:05、28日は13:50となっております。

夏季休業中の生活について

夏季休業中は、家族とのふれあいを深め、また、地域の一人としての自覚をもつことができるよい機会です。地域社会や自然の中で、学校生活とは異なった体験ができるよう御配慮ください。

一方で、交通事故や水の事故、猛暑による熱中症等、不審者による不測の事件、クマの出没、食中毒なども心配されます。学校でも十分指導しておりますが、御家庭でも折にふれてお話しいただき、安全で有意義な夏休みとなるようお願いいたします。特に交通安全については、以下の4点を御家庭で確認してください。

- 道路を横断の際は、信号機や横断歩道を利用する。
- 道路を横断する前は、必ず止まって、左右の安全を確認する。
- 自転車乗車の際は、ヘルメットを着用するなど被害軽減に努める。
- 交通ルールを守り、交差点では一時停止と安全確認をする。

7・8月の帰宅時刻
17：30まで

夏季休業中の学校への連絡について

夏季休業中は基本的に学校に出入りすることはできません。急を要する場合は、平日の午前8時15分～午後4時45分まで教職員がおりますので、東側玄関右のインターホンでお知らせください。また、緊急の内容につきましては、下記メールアドレスへ御連絡ください。

◇夏季休業中の連絡先◇ 平日（午前8時30分～午後4時30分）

【電 話】 581-5291 【E-mail】 makomanaikoen-e@sapporo-c.ed.jp



令和8年10月～令和9年9月分 就学援助の申請について

札幌市では、小・中学生のお子さまがいる経済的に困りの世帯を対象に、学用品費、給食費、修学旅行費などについて就学援助を行っております。

現在、「令和8年10月～令和9年9月分 就学援助」の申請受付をしております。電子申請も可能となりましたので、申請される方は札幌市公式ホームページ内「就学援助」のページから申請してください。従来通り紙で申請される方は、ホームページからダウンロードして印刷していただくか、電話にて就学援助申請書を希望する旨をお伝えください。紙で申請される方は、**令和8年8月28日（金）まで**に学校へ御提出ください。

また、就学援助の新規申請は、年度途中でも随時受け付けております。就学援助に関して、御質問、お問い合わせ等ございましたら、学校（581-5291）まで御連絡ください。